

**Школа 7-11 (1 смена)**

22.05.2023 ( Пн)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

5/10/20	<b>Бутерброд с маслом сливочным и сыром</b> <i>батон нарезной, сыр твердый, масло сливочное</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-10, Калорийность-121	15-75
150/5	<b>Каша молочная Геркулес с маслом</b> <i>молоко 2,5%, крупа геркулесовая, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-7, Углеводы-23, Калорийность-175	14-38
200	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	24-72
200	<b>Чай с вареньем из черной смородины</b> <i>варенье в ассортименте, сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-5, Калорийность-63	8-19
47	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22, Калорийность-100	2-76
637	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-13, Жиры-15, Углеводы-83, Калорийность-552	65-80

Обед

80	<b>Салат "Столичный" без курицы</b> <i>яйцо куриное, картофель в/к, огурцы, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-7, Углеводы-5, Калорийность-121	21-73
200	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем</b> <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-11, Калорийность-77	12-89
10	<b>Сметана к I блюдам.</b>	Жиры-2, Калорийность-16	4-53
100	<b>Шницель припущенный из птицы с соусом томатным</b> <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло сливочное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-9, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-118	34-09
150	<b>Рис "Светофор" с морковью и горошком</b> <i>крупа рисовая, морковь в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-10, Углеводы-29, Калорийность-234	17-93
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-62
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-43	1-18
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48	0-98
780	<b>Итого за Обед</b>	Белки-24, Жиры-28, Углеводы-101, Калорийность-776	99-95

**Итого за день** Белки-38, Жиры-43, Углеводы-184, Калорийность-1329 **165-75**Бухгалтер-  
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный  
директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор



# Школа 7-11 (2 смена)

Акционерное общество

Выход (г)	Комбинат школьного питания "Озонёк"	ИНН 5611077235	эп. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	-------------------------------------	----------------	---	-------------------------

## Обед

70	<b>Салат "Столичный" без курицы</b> <i>яйцо куриное, картофель в/к, огурцы, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-4, Калорийность-106	19-01
200	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем</b> <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-11, Калорийность-77	12-89
100	<b>Шницель припущенный из птицы с соусом томатным</b> <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло сливочное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-9, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-118	34-09
150	<b>Рис "Светофор" с морковью и горошком</b> <i>крупа рисовая, морковь в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-10, Углеводы-29, Калорийность-234	17-93
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-62
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	1-79
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	1-47
780	<b>Итого за Обед</b>	Белки-25, Жиры-26, Углеводы-110, Калорийность-791	93-80

## Полдник

40	<b>Булочка с повидлом и помадкой</b> <i>мука пшеничная в/с, повидло, сахарная пудра, масло подсолнечное, яйцо куриное, сахар-песок, соль йодированная, дрожжи сухие</i>	Белки-3, Жиры-2, Калорийность-147	5-73
250	<b>Апельсин</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20, Калорийность-108	34-50
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-49
490	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-35, Калорийность-314	42-72

**Итого за день** Белки-30, Жиры-29, Углеводы-145, Калорийность-1105

136-52

Бухгалтер-калькулятор



Малышева Н.М.

Генеральный директор



Зитонский Д.А.

Согласовано  
Директор



МП



# Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	----------------------------

ИНН 5611077235

## Завтрак

5/10/20 **Бутерброд с маслом сливочным и сыром** Белки-4, Жиры-7, Углеводы-10, Калорийность-121 **15-75**  
*батон нарезной, сыр твердый, масло сливочное*

250/5 **Каша молочная Геркулес с маслом** Белки-8, Жиры-9, Углеводы-38, Калорийность-268 **20-75**  
*молоко 2.5%, крупа геркулесовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная*

200 **Яблоко** Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94 **24-72**

200 **Чай с вареньем из черной смородины** Углеводы-5, Калорийность-63 **8-19**  
*варенье в ассортименте, сахар-песок, чай черный лист*

50 **Хлеб пшеничный** Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107 **2-95**

740 **Итого за Завтрак** Белки-17, Жиры-17, Углеводы-100, Калорийность-652 **72-36**

## Обед

100 **Салат "Столичный" без курицы** Белки-7, Жиры-9, Углеводы-6, Калорийность-151 **27-16**  
*яйцо куриное, картофель в/к, огурцы, масло подсолнечное, соль йодированная*

250 **Борщ из свежей капусты с картофелем** Белки-2, Жиры-4, Углеводы-14, Калорийность-96 **16-11**  
*свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная*

10 **Сметана к I блюдам** Жиры-2, Калорийность-16 **4-53**

100 **Шницель припущенный из птицы с соусом томатным** Белки-9, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-118 **34-09**  
*фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло сливочное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок*

180 **Рис "Светофор" с морковью и горошком** Белки-5, Жиры-13, Углеводы-35, Калорийность-280 **21-52**  
*крупа рисовая, морковь в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная*

200 **Компот из сухофруктов** Углеводы-29, Калорийность-120 **6-62**  
*смесь сухофруктов, сахар-песок*

30 **Хлеб пшеничный** Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64 **1-77**

30 **Хлеб ржано-пшеничный** Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72 **1-47**

900 **Итого за Обед** Белки-28, Жиры-33, Углеводы-120, Калорийность-918 **113-27**

## Полдник

40 **Булочка с повидлом и помадкой** Белки-3, Жиры-2, Калорийность-147 **5-73**  
*мука пшеничная в/с, повидло, сахарная пудра, масло подсолнечное, яйцо куриное, сахар-песок, соль йодированная, дражежи сухие*

250 **Апельсин** Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20, Калорийность-108 **34-50**

200 **Чай с сахаром** Углеводы-15, Калорийность-60 **2-49**  
*сахар-песок, чай черный лист*

490 **Итого за Полдник** Белки-5, Жиры-3, Углеводы-35, Калорийность-314 **42-72**

490 **Итого за день** Белки-50, Жиры-53, Углеводы-255, Калорийность-1 884 **228-35**

Бухгалтер-калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный директор

Заренский Д.А.

Согласовано  
Директор

МП





## Школа 7-11 (1 смена)

23.05.2023 (Вт)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

100	<b>Митболы с соусом томатным</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-8, Углеводы-8, Калорийность-146	42-46
160	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-168	13-30
34	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24, Калорийность-163	4-51
200	<b>Чай фруктовый</b> <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	2-52
51	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-109	3-01
<b>Итого за Завтрак</b>		Белки-23, Жиры-21, Углеводы-97, Калорийность-616	65-80

545

Обед

80	<b>Винегрет овощной</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы соленые, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-8, Углеводы-8, Калорийность-109	10-91
200	<b>Суп гороховый</b> <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-15, Калорийность-94	11-12
15	<b>Гренки из пш. хлеба</b>	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-35	1-66
180	<b>Говядина тушеная с картофелем</b> <i>картофель в/к, мясо говядина б/к 1 сорт (суяки), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-19, Жиры-14, Углеводы-21, Калорийность-291	55-15
200	<b>Напиток из варенья клубничного</b> <i>варенье клубничное, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-27, Калорийность-107	8-39
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-43	1-18
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48	0-98
<b>Итого за Обед</b>		Белки-30, Жиры-25, Углеводы-97, Калорийность-727	89-39

715

**Итого за день** Белки-53, Жиры-45, Углеводы-194, Калорийность-1385 **155-19**

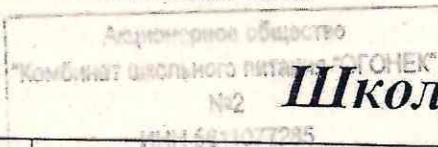
Бухгалтер-  
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный  
директор

Зитонский Д.А.

Согласовано  
Директор

**Школа 7-11 (2 смена)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Обед</b>			
100	<b>Винегрет овощной</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы соленые, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-136	13-64
200	<b>Суп гороховый</b> <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-15, Калорийность-94	11-12
20	<b>Гренки из пш. хлеба</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	2-21
100	<b>Митболы с соусом томатным</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-8, Углеводы-8, Калорийность-146	42-46
170	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-36, Калорийность-223	14-13
200	<b>Напиток из варенья клубничного</b> <i>варенье клубничное, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-27, Калорийность-107	8-39
38	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-92	1-85
<b>Итого за Обед</b>		Белки-28, Жиры-26, Углеводы-123, Калорийность-844	<b>93-80</b>
<hr/>			
828			
<b>Полдник</b>			
200	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	24-72
58	<b>Печенье Овсяное</b>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
<b>Итого за Полдник</b>		Белки-4, Жиры-4, Углеводы-68, Калорийность-328	<b>43-50</b>
<hr/>			
458			
<b>Итого за день</b>		Белки-32, Жиры-31, Углеводы-191, Калорийность-1172	<b>137-30</b>

Бухгалтер-  
калькулятор

Мальшова Н.М.

Генеральный  
директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор



Акционерное общество  
Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
100	<b>Митболы с соусом томатным</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-10, Жиры-8, Углеводы-8, Калорийность-146	42-46
180	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-7, Углеводы-38, Калорийность-236	14-96
34	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24, Калорийность-163	4-49
200	<b>Чай фруктовый</b> <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	2-52
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	2-95
564	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-24, Жиры-22, Углеводы-100, Калорийность-682	67-38
<b>Обед</b>			
100	<b>Винегрет овощной</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы соленные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-136	13-64
250	<b>Суп гороховый</b> <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-2, Углеводы-19, Калорийность-118	13-90
15	<b>Гренки из пш. хлеба</b>	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-35	1-66
220	<b>Говядина тушеная с картофелем</b> <i>картофель в/к, мясо говядина б/к (суляки), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-24, Жиры-18, Углеводы-26, Калорийность-356	67-41
200	<b>Напиток из варенья клубничного</b> <i>варенье клубничное, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-27, Калорийность-107	8-39
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	1-77
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	1-47
845	<b>Итого за Обед</b>	Белки-37, Жиры-30, Углеводы-117, Калорийность-888	108-24
<b>Полдник</b>			
200	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	24-72
58	<b>Печенье Овсяное</b>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
458	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-68, Калорийность-328	43-50
458	<b>Итого за день</b>	Белки-65, Жиры-56, Углеводы-286, Калорийность-1 897	219-12

Бухгалтер-  
калькулятор

Мальшова Н.М.

Генеральный  
директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор



Адрес: г. Омск, ул. Коммунальная, д. 11  
 Дополнительное учреждение: Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
95	<b>Гуляш из филе кур</b> <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-12, Жиры-9, Углеводы-4, Калорийность-103	43-92
200	<b>Макаронны отварные с маслом</b> <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-47, Калорийность-251	13-04
200	<b>Чай с молоком</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, чай черный лист</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-67	6-83
34	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3, Углеводы-16, Калорийность-72	2-01
529	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-20, Жиры-16, Углеводы-79, Калорийность-493	65-80
<b>Обед</b>			
60	<b>Маринад овощной без томата</b> <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-6, Калорийность-86	8-72
200	<b>Суп крестьянский с крупой</b> <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12, Калорийность-95	7-52
110	<b>Котлеты по-хлыновски с соусом томатным</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш куриный, картофель в/к, лук в/к, яйцо куриное, сухари панировочные, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-16, Жиры-19, Калорийность-279	58-61
150	<b>Перловка с овощами</b> <i>крупа перловая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-7, Углеводы-32, Калорийность-214	6-91
200	<b>Компот из свежих яблок</b> <i>яблоко, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-19, Калорийность-76	9-01
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-43	1-18
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48	0-98
760	<b>Итого за Обед</b>	Белки-27, Жиры-37, Углеводы-83, Калорийность-841	92-93
760	<b>Итого за день</b>	Белки-47, Жиры-53, Углеводы-162, Калорийность-1335	158-73

Бухгалтер-  
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный  
директор

Затонский Д.А.


Согласовано  
Директор

МП



# Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Обед</b>			
90	<b>Маринад овощной без томата</b> <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-9, Калорийность-130	13-09
200	<b>Суп крестьянский с крупой</b> <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12, Калорийность-95	7-52
110	<b>Гуляш из филе кур</b> <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-14, Жиры-11, Углеводы-4, Калорийность-119	50-85
150	<b>Макаронны отварные с маслом</b> <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-35, Калорийность-188	9-78
200	<b>Компот из свежих яблок</b> <i>яблоко, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-19, Калорийность-76	9-01
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	1-77
36	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-87	1-78
<b>Итого за Обед</b>		Белки-26, Жиры-29, Углеводы-102, Калорийность-759	<b>93-80</b>
816			
<b>Полдник</b>			
250	<b>Апельсин</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20, Калорийность-108	34-50
34	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24, Калорийность-163	4-49
200	<b>Кисель из к/ц плодового или ягодного</b> <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Углеводы-36, Калорийность-134	6-66
<b>Итого за Полдник</b>		Белки-5, Жиры-7, Углеводы-80, Калорийность-405	<b>45-65</b>
484			
<b>Итого за день</b>		Белки-30, Жиры-36, Углеводы-182, Калорийность-1164	<b>139-45</b>

Бухгалтер-калькулятор  Малышева Н.М.

Генеральный директор  Затонский Д.А.

Согласовано  
 Директор   
 МП 



Акционерное общество  
"Комбинат школьного питания"  
№2**Меню Школа 12-18**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	----------------------------

**Завтрак**

100	<b>Гуляш из филе кур</b> <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-12, Жиры-10, Углеводы-4, Калорийность-109	46-23
200	<b>Макаронны отварные с маслом</b> <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-47, Калорийность-251	13-04
200	<b>Чай с молоком</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, чай черный лист</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-67	6-83
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	2-95
550	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-22, Жиры-17, Углеводы-87, Калорийность-533	69-05

**Обед**

100	<b>Маринад овощной без томата</b> <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-10, Калорийность-144	14-54
250	<b>Суп крестьянский с крупой</b> <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15, Калорийность-119	9-40
110	<b>Котлеты по-хлыновски с соусом томатным</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш куриный, картофель в/к, лук в/к, яйцо куриное, сухари панировочные, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-16, Жиры-19, Калорийность-279	58-61
180	<b>Перловка с овощами</b> <i>крупа перловая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-9, Углеводы-38, Калорийность-257	8-29
200	<b>Компот из свежих яблок</b> <i>яблоко, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-19, Калорийность-76	9-01
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	1-77
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	1-47
900	<b>Итого за Обед</b>	Белки-31, Жиры-44, Углеводы-103, Калорийность-1 011	103-09

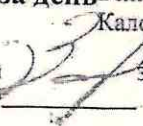
**Полдник**

250	<b>Апельсин</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20, Калорийность-108	34-50
34	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24, Калорийность-163	4-49
200	<b>Кисель из к/ц плодового или ягодного</b> <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Углеводы-36, Калорийность-134	6-66
484	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-5, Жиры-7, Углеводы-80, Калорийность-405	45-65

484	<b>Итого за день</b>	Белки-58, Жиры-68, Углеводы-269, Калорийность-1 948	217-79
-----	----------------------	--	--------

Бухгалтер-  
калькулятор


Мальшева Н.М.

Генеральный  
директор


Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор



Административное учреждение  
"Комбинат Школьного Питания" №2  
**Школа 7-11 (1 смена)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
90	<b>Тефтели из говядины с рисом</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), лук в/к, крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная, томат-паста, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-8, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-125	34-61
160	<b>Картофель запеченый</b> <i>картофель в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-8, Углеводы-40, Калорийность-246	22-87
12	<b>Сушки</b>	Белки-1, Углеводы-8, Калорийность-41	2-27
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	3-62
41	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-87	2-43
508	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-16, Жиры-15, Углеводы-91, Калорийность-560	65-80
<b>Обед</b>			
80	<b>Огурцы свежие</b>	Белки-1, Углеводы-2, Калорийность-12	25-61
200	<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b> <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная, томат-паста</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-9, Калорийность-67	12-53
100	<b>Шницель припущенный из птицы с сметанно-томатным соусом</b> <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло сливочное, соль йодированная сметана 15%, мука пшеничная в/с, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-10, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-120	35-88
160	<b>Гороховое пюре</b> <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-11, Жиры-6, Углеводы-36, Калорийность-220	9-67
200	<b>Компот из изюма</b> <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113	7-51
20	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-43	1-18
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48	0-98
780	<b>Итого за Обед</b>	Белки-26, Жиры-16, Углеводы-88, Калорийность-623	93-36
780	<b>Итого за день</b>	Белки-43, Жиры-31, Углеводы-179, Калорийность-1182	159-16

Бухгалтер-  
калькулятор

Мальшова Н.М.

Генеральный  
директор

Зитонский Д.А.

Согласовано  
Директор



Административное общество **Школа 7-11 (2 смена)**  
"Комбинат школьного питания" ОГОНЕК

Выход (г)	№2 ИНН 56110	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Обед</b>				
80		<b>Огурцы свежие</b>	Белки-1, Углеводы-2, Калорийность-12	25-61
200		<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b> <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная, томат-паста</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-9, Калорийность-67	12-53
90		<b>Тефтели из говядины с рисом</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), лук в/к, крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная, томат-паста, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-8, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-125	34-61
170		<b>Гороховое пюре</b> <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-7, Углеводы-38, Калорийность-233	10-28
200		<b>Компот из изюма</b> <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113	7-51
29		<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-62	1-69
32		<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-16, Калорийность-77	1-57
<b>Итого за Обед</b>			Белки-27, Жиры-17, Углеводы-101, Калорийность-689	93-80
801				
<b>Полдник</b>				
40		<b>Булочка с повидлом и помадкой</b> <i>мука пшеничная в/с, повидло, сахарная пудра, масло подсолнечное, яйцо куриное, сахар-песок, соль йодированная, дрожжи сухие</i>	Белки-3, Жиры-2, Калорийность-147	5-73
200		<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	24-72
200		<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-49
<b>Итого за Полдник</b>			Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-300	32-94
440				
<b>Итого за день</b>			Белки-30, Жиры-20, Углеводы-138, Калорийность-989	126-74

Бухгалтер-  
калькулятор

Мальшова Н.М.

Генеральный  
директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор

МП





Акционерное общество

"Комбинат Школьного Питания "Огонёк"

**Меню Школа 12-18**

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
100	<b>Тефтели из говядины с рисом с соусом томатным</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), лук в/к, крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-9, Жиры-9, Калорийность-156	39-77
200	<b>Картофель запеченый</b> <i>картофель в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-10, Углеводы-50, Калорийность-307	28-59
12	<b>Сушки</b>	Белки-1, Углеводы-8, Калорийность-41	2-27
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	3-62
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-85	2-36
557	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-19, Жиры-20, Углеводы-95, Калорийность-650	76-61
<b>Обед</b>			
100	<b>Огурцы свежие</b>	Белки-1, Углеводы-3, Калорийность-15	32-01
250	<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b> <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная, томат-паста</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11, Калорийность-83	15-66
100	<b>Шницель припущенный из птицы с сметанно-томатным соусом</b> <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло сливочное, соль йодированная, сметана 15%, мука пшеничная в/с, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-10, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-120	35-88
180	<b>Гороховое пюре</b> <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-7, Углеводы-40, Калорийность-247	10-88
200	<b>Компот из изюма</b> <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113	7-51
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	1-77
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	1-47
890	<b>Итого за Обед</b>	Белки-30, Жиры-17, Углеводы-105, Калорийность-715	105-18
<b>Полдник</b>			
40	<b>Булочка с повидлом и помадкой</b> <i>мука пшеничная в/с, повидло, сахарная пудра, масло подсолнечное, яйцо куриное, сахар-песок, соль йодированная, дрожжи сухие</i>	Белки-3, Жиры-2, Калорийность-147	5-73
200	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	24-72
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-49
440	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-300	32-94
440	<b>Итого за день</b>	Белки-52, Жиры-39, Углеводы-238, Калорийность-1 666	214-73

Бухгалтер-калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный директор

Зятонский Д.А.

Согласовано  
Директор

МП





# Школа 7-11 (1 смена)

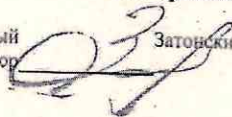
Выход (г)	ИИН 501101000005 Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
60	<b>Бутерброд с повидлом</b> <i>батон нарезной, повидло, масло сливочное</i>	Белки-2, Жиры-5, Калорийность-179	11-91
220	<b>Плов из филе птицы</b> <i>крупа рисовая, филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-9, Углеводы-42, Калорийность-297	43-02
200	<b>Кофейный напиток с молоком сгущенным</b> <i>молоко сгущенное цельное, кофейный напиток.</i>	Жиры-2, Углеводы-14, Калорийность-71	9-65
21	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-45	1-22
501	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-16, Жиры-15, Углеводы-66, Калорийность-591	65-80
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат "Принцесса на горошине"</b> <i>яйцо куриное, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-4, Углеводы-1, Калорийность-60	20-19
200	<b>Свекольник</b> <i>свекла в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, сахар-песок, томат-паста</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-95	14-94
10	<b>Сметана к I блюдам</b>	Жиры-2, Калорийность-16	4-53
100	<b>Фрикадельки из говядины в соусе</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), сметана 15%, мука пшеничная в/с, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, томат-паста, лук в/к, яйцо куриное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-12, Калорийность-184	36-62
150	<b>Капуста тушеная</b> <i>капуста в/к, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-17, Калорийность-142	20-44
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-43	1-18
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48	0-98
760	<b>Итого за Обед</b>	Белки-24, Жиры-26, Углеводы-88, Калорийность-682	108-96
760	<b>Итого за день</b>	Белки-40, Жиры-42, Углеводы-153, Калорийность-1 273	174-76

Бухгалтер-  
калькулятор



Малышева Н.М.

Генеральный  
директор



Затовский Д.А.

Согласовано  
Директор





Административное общество  
"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОГОНЁК"  
№2

**Школа 7-11 (2 смена)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат "Принцесса на горошине"</b> <i>яйцо куриное, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-4, Углеводы-1, Калорийность-60	20-19
200	<b>Свекольник.</b> <i>свекла в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, сахар-песок, томат-паста</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-95	14-94
10	<b>Сметана к I блюдам</b>	Жиры-2, Калорийность-16	4-53
210	<b>Плов из филе птицы</b> <i>крупа рисовая, филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-11, Жиры-9, Углеводы-40, Калорийность-284	41-06
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
26	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-55	1-53
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	1-47
<b>Итого за Обед</b>		Белки-24, Жиры-17, Углеводы-107, Калорийность-676	93-80
736			
<b>Полдник</b>			
150	<b>Шарлотка с яблоками</b> <i>яблоко, яйцо куриное, сахар-песок, мука пшеничная в/с, ванилин, сода пищевая</i>	Белки-6, Жиры-2, Калорийность-328	38-72
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	3-62
<b>Итого за Полдник</b>		Белки-6, Жиры-2, Углеводы-15, Калорийность-389	42-34
355			
<b>Итого за день</b>		Белки-30, Жиры-20, Углеводы-122, Калорийность-1065	136-14

Бухгалтер-  
калькулятор

Мальшова Н.М.

Генеральный  
директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор



# Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
60	<b>Бутерброд с повидлом</b> <i>батон нарезной, повидло, масло сливочное</i>	Белки-2, Жиры-5, Калорийность-179	11-91
250	<b>Плов из филе птицы</b> <i>крупа рисовая, филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-14, Жиры-10, Углеводы-48, Калорийность-338	48-89
200	<b>Кофейный напиток с молоком сгущенным</b> <i>молоко сгущенное цельное, кофейный напиток.</i>	Жиры-2, Углеводы-14, Калорийность-71	9-65
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-85	2-36
550	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-19, Жиры-17, Углеводы-80, Калорийность-672	72-81
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат "Принцесса на горошине"</b> <i>яйцо куриное, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-6, Углеводы-2, Калорийность-100	33-65
250	<b>Свекольник.</b> <i>свекла в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, сахар-песок, томат-паста</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-19, Калорийность-119	18-68
10	<b>Сметана к I блюдам</b>	Жиры-2, Калорийность-16	4-53
100	<b>Фрикадельки из говядины в соусе</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), сметана 15%, мука пшеничная в/с, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, томат-паста, лук в/к, яйцо куриное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-12, Калорийность-184	36-62
180	<b>Капуста тушеная</b> <i>капуста в/к, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-4, Жиры-8, Углеводы-20, Калорийность-171	24-53
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	1-77
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	1-47
900	<b>Итого за Обед</b>	Белки-31, Жиры-31, Углеводы-106, Калорийность-820	131-33
<b>Полдник</b>			
150	<b>Шарлотка с яблоками</b> <i>яблоко, яйцо куриное, сахар-песок, мука пшеничная в/с, ванилин, сода пищевая</i>	Белки-6, Жиры-2, Калорийность-328	38-72
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	3-62
355	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-6, Жиры-2, Углеводы-15, Калорийность-389	42-34
355	<b>Итого за день</b>	Белки-56, Жиры-50, Углеводы-201, Калорийность-1 881	246-48

Бухгалтер-  
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный  
директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор



Акционерное общество

**Школа 7-11 (1 смена)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
200	<b>Запеканка рисовая с творогом.</b> <i>крупа рисовая, творог, сахар-песок, яйцо куриное, масло сливочное, сухари панировочные, сметана 15%</i>	Белки-12, Жиры-4, Углеводы-45, Калорийность-262	38-55
40	<b>Молоко сгущенное</b>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22, Калорийность-132	13-97
58	<b>Печенье Овсяное</b>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-49
35	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-75	2-09
533	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-20, Жиры-12, Углеводы-122, Калорийность-668	65-80
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из моркови</b> <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-9, Калорийность-86	8-23
200	<b>Суп картофельный с гречневой крупой</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа гречневая, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, Калорийность-84	8-32
90	<b>Чиполлетти из говядины с соусом томатным</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, яйцо куриное, соль йодированная, масло подсолнечное, зелень томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-9, Жиры-5, Углеводы-8, Калорийность-118	31-30
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-26, Калорийность-168	22-11
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-62
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-43	1-18
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48	0-98
740	<b>Итого за Обед</b>	Белки-19, Жиры-20, Углеводы-107, Калорийность-667	78-74
740	<b>Итого за день</b>	Белки-40, Жиры-31, Углеводы-228, Калорийность-1 335	144-54

Бухгалтер-  
калькулятор

Мальничева Н.М.

Генеральный  
директор

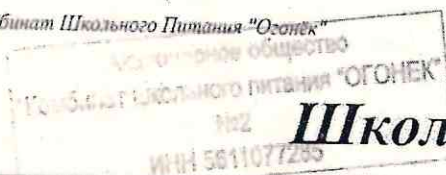
Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор

МП







## Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
100	<b>Салат из моркови</b> <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-8, Углеводы-16, Калорийность-143	13-72
200	<b>Суп картофельный с гречневой крупой</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа гречневая, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, Калорийность-84	8-32
100	<b>Чиполлетти из говядины с соусом томатным</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, яйцо куриное, соль йодированная, масло подсолнечное, зелень томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-6, Углеводы-10, Калорийность-135	36-16
180	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-31, Калорийность-201	26-53
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-62
21	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-45	1-22
25	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-60	1-23
<b>Итого за Обед</b>		Белки-23, Жиры-25, Углеводы-122, Калорийность-788	<b>93-80</b>
826			
<u>Полдник</u>			
50	<b>Булочка школьная</b> <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное</i>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-33, Калорийность-162	3-79
100	<b>Мандарин</b>	Белки-1, Калорийность-38	24-00
200	<b>Чай б/с</b>		0-81
<b>Итого за Полдник</b>		Белки-5, Жиры-2, Углеводы-33, Калорийность-200	<b>28-60</b>
350			
<b>Итого за день</b>		Белки-28, Жиры-26, Углеводы-155, Калорийность-988	<b>122-40</b>

Бухгалтер-  
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный  
директор

Затянский Д.А.

Согласовано  
Директор

МП



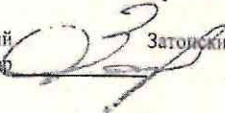
Административное общество  
"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОГОНЁК"  
№2

# Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
210	<b>Запеканка из творога</b> <i>творог, сахар-песок, крупа манная, сметана 15%, сухари панировочные, яйцо куриное, масло сливочное, соль йодированная, ванилин</i>	Белки-41, Жиры-17, Калорийность-269	113-12
40	<b>Молоко сгущенное</b>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22, Калорийность-132	13-97
58	<b>Печенье Овсяное</b>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-49
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	2-95
558	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-51, Жиры-25, Углеводы-84, Калорийность-708	141-23
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из моркови</b> <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-8, Углеводы-16, Калорийность-143	13-72
250	<b>Суп картофельный с гречневой крупой</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа гречневая, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18, Калорийность-104	10-40
100	<b>Чиполлетти из говядины соусом томатным</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, яйцо куриное, соль йодированная, масло подсолнечное, зелень томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-6, Углеводы-10, Калорийность-135	36-16
180	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-31, Калорийность-201	26-53
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-62
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	1-77
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	1-47
890	<b>Итого за Обед</b>	Белки-24, Жиры-26, Углеводы-132, Калорийность-840	96-67
<b>Полдник</b>			
50	<b>Булочка школьная</b> <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное</i>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-33, Калорийность-162	3-79
100	<b>Мандарин</b>	Белки-1, Калорийность-38	24-00
200	<b>Чай б/с</b>		0-81
350	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-33, Калорийность-200	28-60
350	<b>Итого за день</b>	Белки-80, Жиры-52, Углеводы-249, Калорийность-1748	266-50

Бухгалтер-  
калькулятор


Малышева Н.М.

Генеральный  
директор


Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор